



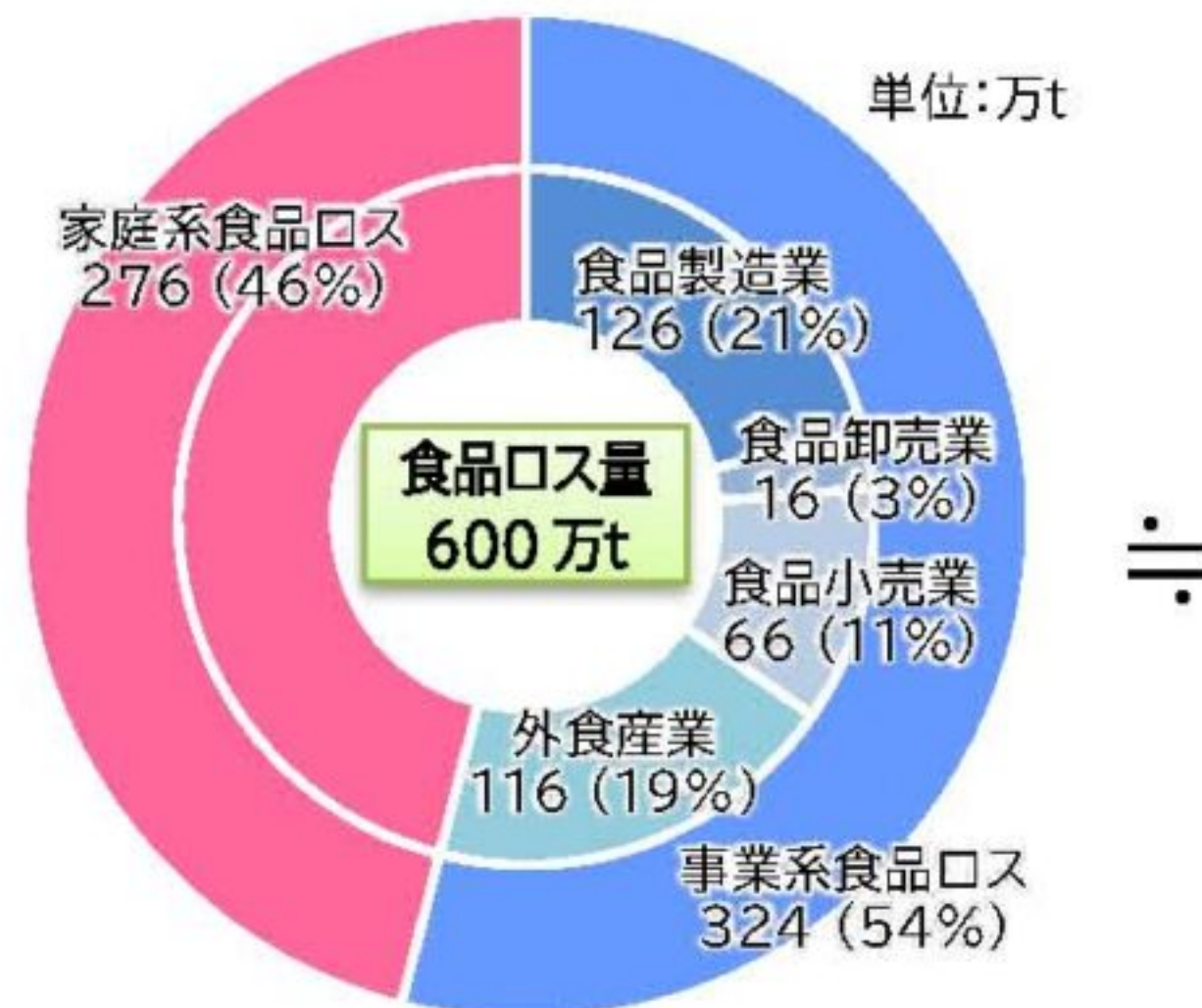
## 食品ロスの削減について

加藤 貴也

滋賀県琵琶湖環境部循環社会推進課 課長補佐

### 食品ロスの現状と課題

食品ロスとは、「食べられるのに廃棄される食品」のことです。我が国では、2018年度（平成30年度）年間600万トンもの食品ロスが発生していると推計されています。これは、私たち国民1人1日あたり130g（お茶碗1杯分）の食品を廃棄していることとなります。（図1）日本の食料自給率は低く、食料の多くを海外からの輸入に依存する一方、世界では深刻な飢えや栄養不良で苦しむ多くの人々が存在しており、食品ロスの削減は真摯に取り組むべき課題です。SDGsにおいても、食品ロスの削減の取組が重要な柱として位置付けられるなど、国際的な課題にもなっています。また、食品ロスを削減することによって、食品の無駄な生産を回避でき、製造・加工・運搬・廃棄等から発生するCO<sub>2</sub>排出量の削減にもつながります。



**国民1人当たり食品ロス量**  
**1日約130g**  
 ※茶碗約1杯のご飯の量に相当  
**年間約47kg**  
 ※年間1人当たりの米の消費量  
 (約54kg)に近い量

資料：総務省人口推計(2018年10月1日)  
 平成30年度食糧需給表(確定値)

図1：全国の食品ロス発生量（2018年度） 出典：農林水産省資料

日本の食品ロス600万トンのうち、食品関連事業者（製造・卸売・小売・外食）から排出される事業系食品ロスが324万トン、家庭から排出される家庭系食品ロスが276万トンとなっており、食品ロスを削減するためには、事業者、消費者双方の取組が必要です。事業系食品ロスの主な発生原因は、包装の破損や印字ミスなどの規格外品や返品商品、売れ残り、顧客の食べ残しなどであり、家庭系食品ロスの主な発生原因は、家庭での食べ残し、調理の際の野菜・果物の皮の厚剥きといった過剰除去、購入後食べないまま期限切れ等で廃棄する直接廃棄（手つかず食品）などであり、私たちが捨てている生ごみなどの食品廃棄物のうち、約3割が、まだ食べられるのに捨てられているものということになります。

### 滋賀県の家庭系食品ロスについて

滋賀県の家庭系食品ロスの発生量は、2017年度（平成29年度）年間約2.8万トンと推計されます。これは、県民1人当たり年間約19kg発生していることとなり、全国の状況と比較するとやや少ないものの、まだ食べることができる食品が多く捨てられています。また、これらの捨てられた食品にかかる処理費用は、年間約17億5千万円にもなり、その原資として税金が使われていることから、食品ロスは私たちの生活に大きく影響しています。食品ロスによる家計の損失は、4人家族の1世帯あたり、食品廃棄額が年間約6万円。処理費用が年間約5千円。あわせて、年間約6万5千円といわれています。（図2）

2020年度（令和2年度）に実施した県民アンケート調査の結果では、回答した人の約81%が食品ロスの問



題を認知しているものの、「よく知っている」と回答した人の割合は約 26%に留まっています。食品ロスの削減を進めていくためには、まずは日常生活において、何が要因で、どれくらいのロスが発生しているのかについて認識することが重要であり、例えば食品ロスの発生理由などを日記形式で記録する「食品ロスダイアリー」などを活用して見

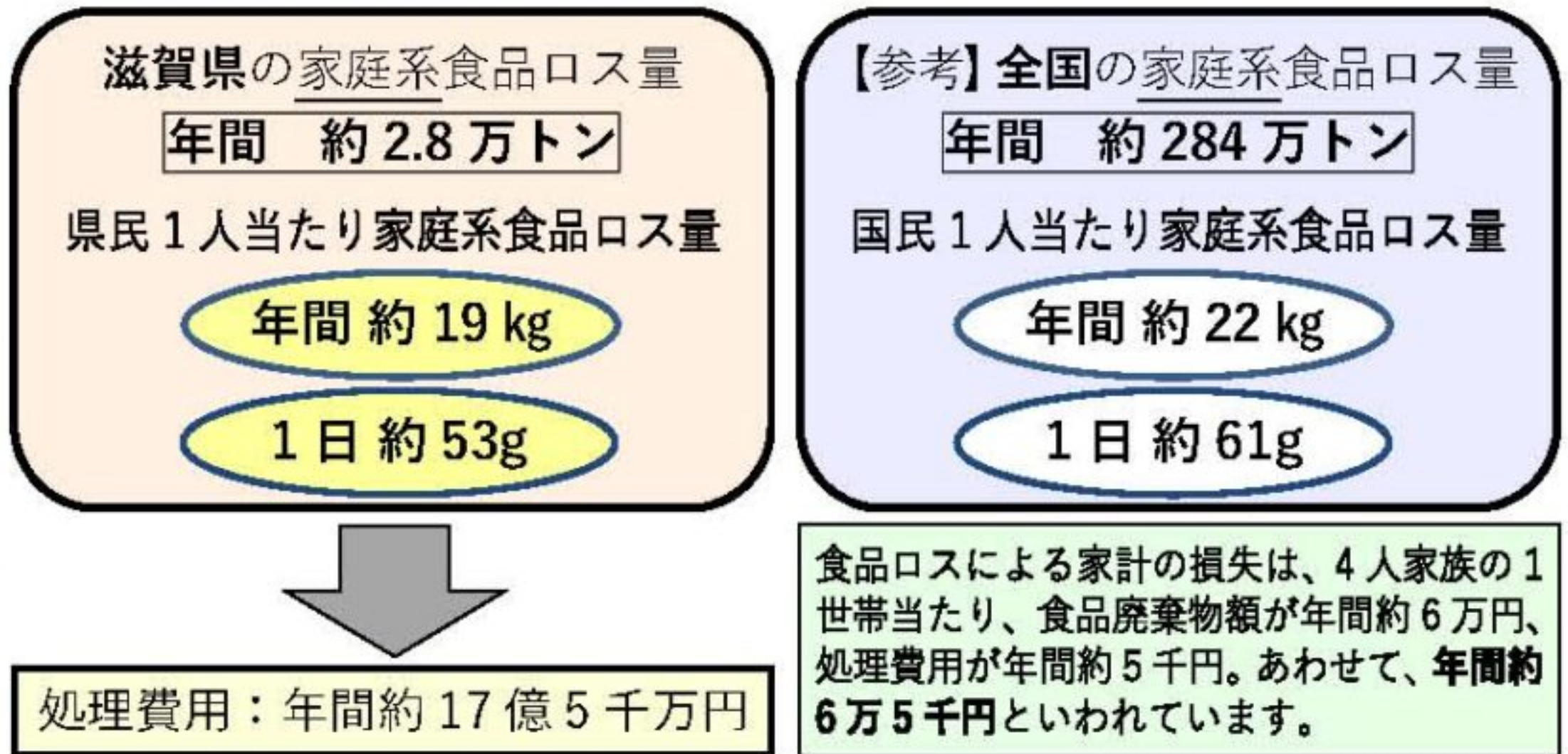


図 2：滋賀県の家庭系食品ロスの発生量 (2017 年度推計)

える化して試みるのが有効といわれています。実態を把握した上で、次にどのようにすればロスを削減できるのかについて理解し、削減に向けた取組を実践していくことが効果的です。

### 食品ロス削減に向けた実践について

日々の生活の中で食品ロスを削減するためには、これまでの習慣を少し見直すことと、食べ物を大切にすると心構えから始まります。具体的な行動例としては、図 3 に示したとおり、家庭では、冷蔵庫などの食材をチェックし、必要なものをメモしてから買い物に行くことや、料理を作りすぎない、余った場合は冷凍保存やリメイクする。飲食店で外食をする際には、食べきれない量だけ注文し、残さず食べる。小売店での買い物の際には

**食品ロス削減は、いままでの習慣を見直すことから。そして食べ物を大切にすることから、はじまります！**

家庭では	飲食店では
<p><b>買い物の前に冷蔵庫の中をチェックし、必要な分だけ買いましょう。</b></p> <p>野菜や生ものなどの買いすぎは、使いきれず食材を傷めてしまうことに。必要なものを事前にメモして買い物は計画的に！</p> <p><b>料理は食べきる。余れば冷凍保存や別の料理にリメイク。</b></p> <p>料理は食べられる量だけ作り、残さないようにしましょう。食べきれなかったら冷凍保存し早めに食べるか、別の料理にアレンジして、おいしくいただきます！</p>	<p><b>注文した料理は残さず、エコに貢献。</b></p> <p>食べられない食材が入っていないかや、量が多すぎないかなどを注文時に聞いてみましょう。その際自分の食べられない食材を抜いてもらったり、少なめで、とお願いしてみましょう。飲食店では、こうした食べ残しが「食品ロス」の主な原因です。食べ残し削減へ貢献しませんか。</p>
<p><b>賞味期限と消費期限の違いを理解しましょう。</b></p> <p><b>賞味期限</b> おいしく食べられる期限 <b>消費期限</b> 食べても安全な期限</p> <p>「消費しなければいけない」消費期限と違って、賞味期限は「おいしさの目安」です。賞味期限がきたからといってすぐに廃棄するのではなく、食べられるかどうか判断することも試してみましょう。</p> <p><b>食材は余らさず、できるだけ使いきりましょう。</b></p> <p>食材の使い残しをできるだけなくして、余った野菜の皮なども利用できるレシピを活用してみましょう。</p>	<p><b>小売店では</b></p> <p><b>買い方の工夫で食品ロスを削減！</b></p> <p>後方にある賞味期限の長い商品を買っていませんか？でも、すぐに食べるのなら、期限が短いものでもいいですね。賞味期限・消費期限のせまった商品から手にすることで、期限切れで廃棄する商品を減らせます。</p> <p><b>「値引きシール」食品でお得にエコ。</b></p> <p>賞味期限・消費期限がせまった食品に貼られる「値引きシール」のついた商品を買うことでもフードエコに貢献していることとなります。買い方ひとつで、「もったいない」ことをしないで済みます。</p>

食品ロスのレシピはこちらをチェック！ [滋賀県 食品ロス レシピ](#)

図 3：食品ロスを削減するための具体的行動例

は、賞味期限が長い商品を選ぶのではなく使う予定で選ぶ、賞味期限・消費期限が迫った値引き商品を購入するなどがあります。また、最近では家庭などで余っている食品を集め、食料を必要とする人へ配布するフードドライブやフードバンク活動が各地で行われており、そうした活動に参加・協力することで食品ロスを福祉につなげることもできます。他にも食品ロス削減の情報について、滋賀県のホームページに「ごみゼロしが」という情報サイト (p3 参照) を掲載していますので、是非ご覧ください。

食品ロス削減のためには、私達一人一人がこの問題を「他人事」ではなく「自分事」として捉えて「行動」に移すことが必要です。日常生活でのちょっとした工夫が食品ロスの削減につながります。皆さんもできることから実践し、「もったいない」をなくすライフスタイルを心がけてみてください。

注 当記事は、2021 年 7 月 17 日開催のおおつ市民環境塾「これからのごみ問題を考える」の一部を抜粋して再構成したものです。



## ■滋賀県ごみ減量・資源化情報サイト

ごみゼロしが  
滋賀県ごみ減量・資源化情報サイト



<https://www.pref.shiga.lg.jp/gomizero/index.html>

「ごみゼロしが(滋賀県ごみ減量・資源化情報サイト)」では、事業者や団体、行政が実施するごみ減量などの取組に関する情報や 3R の実践例、補助金情報などを提供しています。また、子ども向けの「キッズ教室」ページや、食品ロス削減や資源の店頭回収情報などを掲載して、皆さんに使いやすいサイトを目指しています。

## 再生可能エネルギーグループの報告

竺 文彦

おおつ環境フォーラム 理事長

私たちは、2018 年度からおおつ環境フォーラムの小水力発電グループとして、比良山系の地域で小水力発電ができないかと検討してきました。地理的に適した地区がありましたので、その地域の方々に小水力発電を知ってもらって、地域で小水力発電所をつくる動きを始めてもらおうと呼びかけましたが、次ステップに進めることはできませんでした。その後、他の地域で小水力発電に興味を示されるようになってきて、ぜひその地域で小水力発電所をつくらうという動きができてきました。

そこで、今年度からは、小水力発電の他に、メタン発酵についても勉強していきたいと考え、小水力発電グループを発展的に再生可能エネルギーグループに改名し、小水力発電とメタン発酵の 2 つのテーマで活動することとしました。メタン発酵は、生ごみや畜産廃棄物を原料としてメタン発酵施設からメタンを取り出し発電するもので、ヨーロッパでは普通に行われている廃棄物処理およびエネルギー施設です。日本ではメタン発酵への取り組みが大変遅れています。

小水力発電の今年度の活動として、福井県にある宇津尾谷川小水力発電所(年間発電量約 240 万 kWh)の見学を行いました。大阪の株式会社クリハラントが福井県南越前町に建設したもので、計画から建設まで、丁寧に地元で説明し理解を得て建設されていました。しかし、発電で得られる利益は会社の利益になる訳で、やはり地域が小水力発電所をつくって、利益を地域に還元することが必要だと感じました。



宇津尾谷川小水力発電所のフランシス水車(左)と導水管

私たちが小水力発電所の建設を予定している場所では、現地に河川の水量測定器を取り付けました。これから月 1 回程度の水量測定器のメンテナンスを行いながら水量のデータを蓄積し、1 年間の水量調査を行ったうえで、小水力発電所建設の申請を行う予定です。小水力発電所の建設にあたっては、20 年間の目的会社がつくられ、その



建設予定地での水量測定器設置

会社が建設することになりますので、NPO としては、小水力発電の申請から許可が下りるまでがその役割であり、実際の建設は、作られた目的会社に委ねることになります。

まだまだ比良山系には小水力発電が可能な地区がありますので、今回の事例を足掛かりにして、小水力発電についての広報と啓発を続けていきたいと考えています。

メタン発酵については、今年度、日立造船株式会社の専門家に来てもらって勉強会を行いました。メタン発酵の基礎的な知識や、ヨーロッパでは多くのメタン発酵施設がつくられているが日本ではメタン発酵への取り組みが遅れていることを学びました。また、最近ヨーロッパでは嫌氣的な堆肥化も行われるようになってきており、ヨーロッパは地球温暖化防止に積極的に取り組んでいることが分かりました。日本ではメタン発酵施設をすぐに建設という訳にはいかないため、今後の活動は勉強会と見学を行いたいと考えています。メタン発酵施設は、京都市南部クリーンセンター、南丹市八木バイオエコロジーセンター、岡山県真庭市などで稼働していますので、今後、見学を行いたいと考えています。



はじめまして。大学時代の恩師竺文彦先生の紹介により、英国の一住民として感じた環境問題を連載寄稿します。みなさんと一緒に考えていければと思っています。

中学生のころから環境問題に興味を持ち、大学では分析化学と高分子材料を主に学びました。高校教員をした後、2001年に家族の都合で英国、ケンブリッジに移住。現在は中部地方のノッティンガムで海外在住の方をサポートする教育アドバイザーとして起業し、また地元大学の職員や日本人が集まる補習校に勤務しています。

今回は英国のごみ事情をレポートします。

英国の田舎では、ごみ収集の仕方が Borough (行政区) ごとに全く違います。例えば、ある Borough はガラスを集めてくれるけれど、他では無理。私の住む Borough のごみ収集は週1回。朝、ごみコンテナを家の前に出しておけば収集してくれます。しかし、生ごみを含む普通ごみとリサイクルごみは週が違い、普通ごみの収集は2週間に1回だけ。240Lのコンテナが満杯になります。

コンテナの色は、普通ごみが黒。リサイクルごみは、紙やプラボトルなどが青、ガーデンごみ(芝刈りや剪定のごみなど)が緑です。ガーデンごみは5年ほど前から有料になり、年々40(約6,000円)を払ってシールをもらいコンテナに貼っておきます。自分でリサイクルセンターに持っていけば料金はかかりません。どちらかわからないものはすべて「普通ごみ」行

きです。食品トレイやペットボトル、ラベルなど材質別の分別はしません。私はたまに実家に帰ると分別に戸惑います。英国の分別は「楽」です。

収集された普通ごみは、以前は埋め立てていましたが、場所が不足してきたため、分別を厳しくし、焼却するようになりました。リサイクルごみはどうしているのでしょうか。

・・・なんと「輸出」しています。衝撃でした！

分別、再利用するのが面倒なので外国に送っています。

「そんなことしていいの？」ときいたら反対に「日本だって核廃棄物を英国やフランスに送っているでしょ！」と。

処理できるものだけを処理するでよいのでしょうか？

BBC 記事によると、2018年に英国は61万トンのリサイクル用プラスチックをマレーシアやトルコなどに「輸出」しています。同記事に、日本は紙などのリサイクルが進んでいるとありました。日本の取り組みの良さが分かります。

現在、プラスチックをきちんと処理できていないことが世界中で問題になっています。回収した後が大切ですが、英国はどうも外国任せのようです。

ごみはコンテナから直接大型収集車に投入される



□ イベント参加者募集 1月、2月

新型コロナウイルス感染の状況により内容変更・中止することがあります

大津市地球温暖化防止活動推進センターでは下記イベントの参加者を募集しています。参加ご希望の方は「希望講座名」「郵便番号」「住所」「参加者全員の氏名(ふりがな)」「日中に連絡のとれる電話番号」「メールアドレス」を書いて、開催の10日前までに当センター(下記)にお申し込みください。メールはこちら▶▶▶



1月15日(土) 14:00~16:30 講演会 地球温暖化 NOW! 「みんなで実現しよう脱炭素社会」

2050年脱炭素社会とその道筋について学ぶとともに、私たちの役割や行動についてみんなで考えます。  
講師：地球環境戦略研究機関サステナビリティ統合センター プログラムディレクター 藤野 純一氏  
会場：明日都浜大津 5F ふれあいプラザ大会議室 (大津市浜大津 4丁目) またはオンライン参加



1月29日(土) 14:00~16:30 おおつ市民環境塾「滋賀県のCO2 ネットゼロ社会づくりを考える」

滋賀県で2050年にCO2排出量を実質ゼロにすることを実現するための今後の方向性について。  
講師：滋賀県総合企画部 CO2 ネットゼロ推進課  
会場：明日都浜大津 5F ふれあいプラザ大会議室 (大津市浜大津 4丁目)



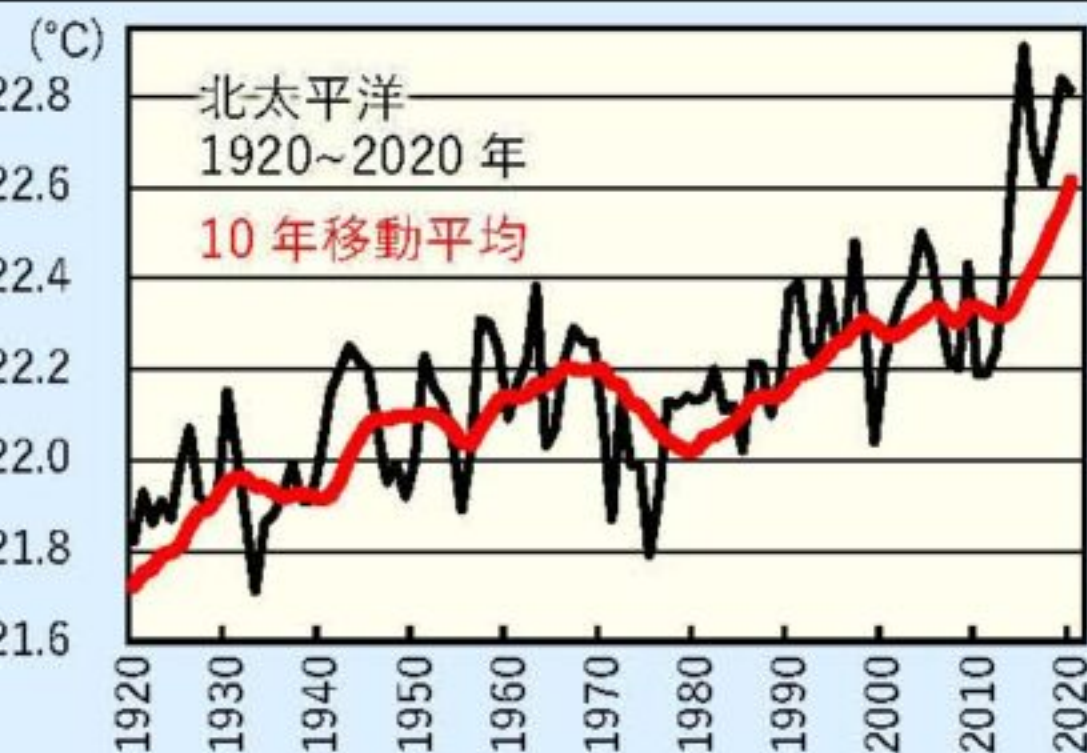
2月5日(土) 14:00~16:30 おおつ市民環境塾「湖国・近江の森と里と湖」

社会・生活の大きな変化が琵琶湖の環境問題の原因であることを理解し、今後のあるべき方向性を考える。  
講師：滋賀県立琵琶湖博物館 専門学芸員 中井 克樹氏  
会場：明日都浜大津 5F ふれあいプラザ大会議室 (大津市浜大津 4丁目)

データで見る 温暖化 ⑦

年平均海面水温

気象庁 HP 掲載値をもとに作図



発行

大津市地球温暖化防止活動推進センター  
(特定非営利活動法人 おおつ環境フォーラム)  
520-0047 大津市浜大津 4-1-1 明日都浜大津 4F  
Tel : 077-526-7545 Fax : 077-526-7581  
E-mail : info@otsu.ondanka.net  
HP : https://otsu.ondanka.net/  
編集責任：西山 克己